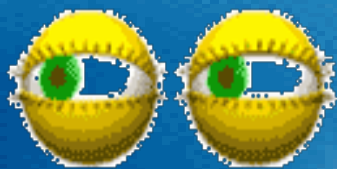




Гимнастика для глаз





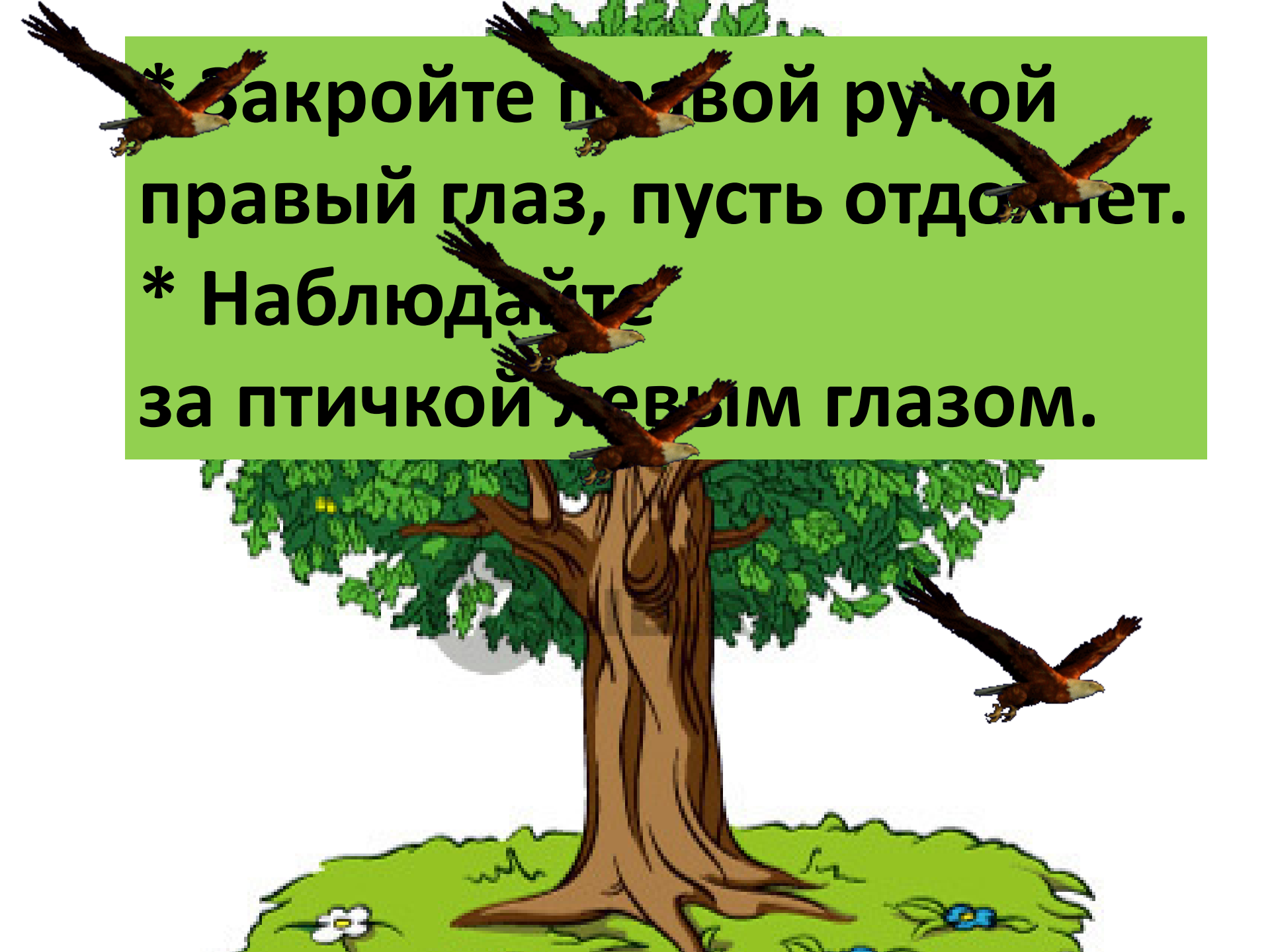
Закройте глаза,
сосчитайте до 5,
откройте глаза

* Закройте левой рукой левый глаз,
усть отдохнет.
Наблюдай бабочками
правым глазом.



Молодцы!





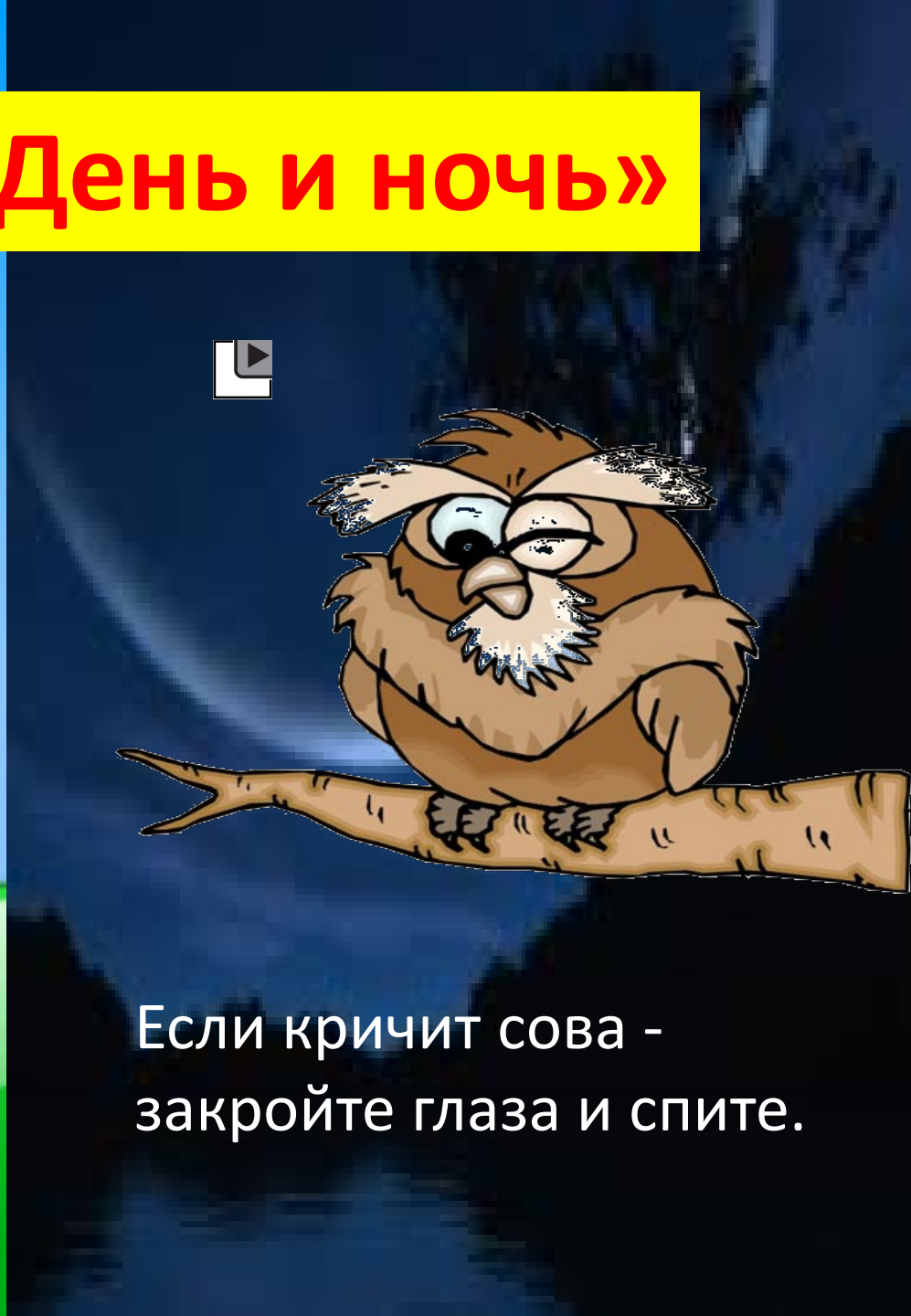
*** Закройте правой рукой
правый глаз, пусть отдохнет.**

*** Наблюдайте
за ПТИЧКОЙ ЛЕВЫМ ГЛАЗОМ.**

Игра « День и ночь »



Если поет петушок -
Проснитесь
и потанцуйте вместе с ним.



Если кричит сова -
закройте глаза и спите.

Представьте, что на вас дует ветер.
Поморгайте глазами.



А теперь, пускай глаза отдохнут

1. Разогрейте ручки



2. Приложите теплые ручки
к закрытым глазам.
Сосчитайте до 10.

